

<2021兵庫陸上競技秋季記録会・競技会後/自己管理用>

体調管理チェックシート

JAAF

* 競技会終了後2週間はチェックすること。

* 該当しない場合は✓を、該当する場合は○を記入すること。(体温は0.1℃単位の数字を記入)

No.	チェックリスト	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23
1	のどの痛みがある														
2	咳(せき)が出る														
3	痰(たん)がでたり、からんだりする														
4	鼻水、鼻づまりがある ※アレルギーを除く														
5	頭が痛い														
6	体のだるさなどがある														
7	発熱の症状がある														
8	息苦しさがある														
9	味覚異常(味がしない)														
10	嗅覚異常(匂いがしない)														
11	体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃

競技者名

所属名(学校名など)

連絡先(電話番号)

保護者名(未成年の場合)

* 症状が4日以上続く場合は必ず最寄りの保健所、医師会、診療所等に報告すること。症状には個人差があるので強い症状と思う場合にはすぐに報告すること。

* 保健所、医師会、診療所等に相談後、必ず大会主催者に報告すること。